برطانوی طبی ماہرین کا کہنا
ہے کہ چقندر کا جوس پینے سے
جسم میں بہت زیادہ توانائی
آتی ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ چقندر
کے جوس میں موجود
نائٹریٹس کی وجہ سے جسم
کو توانائی اور مضبوطی ملتی
ہے جبکہ رات کو سونے سے پہلے

چقندر کھانے سے جسم سے تمام زہریلے مادے نکل جاتے ہیں۔

0307-8162003

بلڈ پریشر کے لیے مفید
چقندر نائٹریٹ سے بھرپور ہے۔
یہ نائٹریٹ ہضم ہونے کے
دوران نائٹرک آکسائیڈ میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ نائٹرک ایسڈ خون
کی شریانوں کے پھیلنے میں مددگار ہے۔ چقندر کے جوس کا روزانہ
استعمال بلڈ پریشر کم کرنے میں مفید ہے۔